SZUPERinfó


ÚJSÁGUNK KÖRNYEZETBARÁT, ÚJRAHASZNOSÍTOTT PAPÍRRA KÉSZÜL



BÉKÉSCSABAI REGIONÁLIS

2019. június 1., XXIX/22.

LAPZÁRTA

SZERDA 16 ÓRA

Apró

MUNKA

A Signum Transfer Kft. autóbuszvezetőket keres elsősorban Békéscsaba és Sarkadkeresztúr környékéről, szerződéses járatra. Elvárások: "D" kategóriás jogosítvány, PÁV2, GKI, digitális sofőrkártya. Amit kínálunk: versenyképes jövedelem. Tel.: 06-30/499-6227

Békéscsabai Fenyves Wellness Hotel szakács kollégát keres. Szakmai végzettség szükséges, gyakorlat nem feltétel. Önéletrajzokat a fenyveshotel@t-email.hu címre várjuk.

Eladó-pénztáros munkakörbe keresünk munkatársat békéscsabai üzletünkbe. Jelentkezés: fényképes önéletrajzzal a lenti email címen vagy személyesen. Hartmann Kft. Cím: Békéscsaba, Berényi út 73. email: bolt.hartmannkft@gmail.com

Szerződött partnereim részére keresek pénzügyi tanácsadói munkakörbe agilis embereket! Amit kínálunk: kezdő támogatás, ingyenes átképzés, segítőkész csapat, hosszú távú munkalehetőség, kötetlen munkavégzés, karrierlehetőség, kiemelt jutalék! Várom önéletrajzát a csapatbandolgozz@gmail.com e-mail címre. Daru Mária 06-20/399-0800

Orosházára keresünk betanított munkásokat, kiemelt bérrel. Tel.: 06-20/500-6276. Nivella Kft.

Békéscsabai telephelyre gyakorlattal rendelkező esztergályos szakmunkást felveszünk. "Csaba" Hajtómű Kft. 66/441-312, 06-20/446-3852

Családi házhoz takarítónőt keresek. 06-30/555-4719. Bodoczki Ilona

Cipőbolt középkorú eladót keres. 06-30/427-8176. Bogdány Bt

Franciaországba keresünk folyamatos, bejelentett építőipari munkára, azonnali kezdéssel, tapasztalattal rendelkező dolgozókat az alábbi munkakörökbe: festő, gipszkartonos, bandázsoló, hideg/meleg burkoló, kőműves, állványozó, villanyszerelő, asztalos. Juttatások: fizetés +szállás. Bővebb információért küldjön SMS-t, visszahívjuk. Várjuk jelentkezését! Tel.: +36-70/327-4615, +36-20/263-3061 Acit.Job

Villamossági szaküzletbe eladó munkatársat keresünk. Elvárások: kereskedelmi végzettség, villamos ipari termékek ismerete, számítógép felhasználói szintű ismerete. Feladatok: áruátvétel, bevételezés, értékesítés, raktárkezelés, beszállítói kapcsolattartás, vevői megrendelések kezelése, számlázás, egyéb adminisztrációs feladatok ellátása. Jelentkezés: Watt Villamossági Szaküzlet 06-30/381-2842, gyongyi@wattbcs.hu Vis-Animi Kft.

Balatonra nyári szezonra takarítónőt felveszek, szállás, étkezés biztosítva. Érd.: 06-30/353-3607 Immo-Papb 2017 Kft.

Újkígyósi kertészeti vállalat egész éves foglalkoztatásra munkavállalót keres. Fényképes önéletrajzot a menesi1954@gmail.com címre várjuk. Balogh Zoltán 06-30/219-4129

Siófoki családi üzemeltetésű étterem keres pultost, felszolgálót és konyhai kisegítőt szeptember végéig szállással. Jelentkezni diana1@enternet.hu vagy tel.: 06-30/462-1366

Pannonjob Kft. ingyenes szállással összeszerelőket keres Veszprémbe. Nettó 170.000 Ft +bónuszok. +36-20/240-5449

Békéscsabai pizzériába hentest, péket, konyhai kisegítőt, pizza futárt, szakácsot, betanított pizza szakácsot felvesz a Békés Pizza Kft. 06-70/532-5442, bar1288@gmail.com

Békési telephelyünkre gyakorlott sportháló-kötőket felvesz az Érme Alapítvány. 06-30/390-3852

Csatlakozz Te is csapatunkba és válogass az alábbi pozícióink közül: összeszerelő, gépkezelő, csomagoló, targoncás, akár szállással is. Kimagasló bérezés, utazási költségtérítés, stabil vállalati háttér. Jelentkezés: 06-20/275-1761, Trenkwalder Kft.

Tezola Trade Kft. keres építőipari szakmunkásokat. (Kőműves hidegburkoló, festő). Hosszútávú stabil munkahely, kiemelt fizetés. 06-70/3378-432, 06-70/7776-264. E-mail: info@tezola.com

Balaton-parton, gyenesdiási étterem keres éves, illetve szezonális munkára szakácsokat, közétkeztetésben jártas szakácsokat, főzőasszonyokat, konyhai kisegítőket, felszolgálókat. Lehetnek pályakezdők is! Bérezés 250.000 Ft-400.000 Ft/hó. Szállás megoldható. Jelentkezni fényképes önéletrajzzal: zsinkone.livia@freemail.hu. +36-30/9360-907 (Zsinkó Lajos)

Diákokat keresünk 15 éves kortól utóellenőr munkára, nyári szünetben. Nettó 850 Ft/óra. Jelentkezz és nyerj JBL hangszórót. +36-70/370-1015. Fürge Diák Iskolaszövetkezet.

Balaton-parton, Ifjúsági táborba keresünk munkájára igényes, közétkeztetésben jártas szakácsokat, konyhalányokat, mosogatókat június 15-től augusztus 30-ig. Kiemelt bérezés, teljes ellátás, szállás! Jelentkezni fényképes önéletrajzzal: zsinkone.livia@freemail.hu. +36-30/9360-907 (Zsinkó Lajos)

Békéscsabai munkahelyre részmunkaidős takarítónőt keresünk irodaház takarításához, délutáni munkavégzéssel. Hocz és Medvegy Kft. Érd.: 06-30/9381-399, 06-30/3301-404

Dél-Németországba keresünk CNC gépkezelőket. Jelentkezni: delnemetmunka@gmail.com +491747020537, 491742374478, Time Work Kft.

Cégcsoportunk keres Svájcba, Németországba, Ausztriába gyakorlott gipszkartonozókat, targoncavezetőket, darukezelőket, víz-, gáz-, fűtés-, szaniterszerelőket, légtechnikásokat, villanyszerelőket, festőket, autószerelőket. Német nyelv szükséges, kollektív szerződéssel, bérezés alkalmazottként. Jelentkezésüket e-mailben várjuk office@examont.eu, tel.sz.: +4369913771999

Tehergépkocsi vezetőt keresek, magyar-olasz viszonylatra, gabonás szerelvényre. 06-20/941-7891 Baukó Trans Kft.

Építőiparban jártas kőművest és segédmunkást keresek, helyi viszonylatban. 06-30/289-5344 NAPKOR-ÉP Kft.

Zöld-Gépezet Kft. lakatos, gépszerelő munkatársakat keres győri munkavégzésre, kiemelt fizetéssel. Elvárási gyakorlati idő: 5 év. Minden hétvége szabad. Indulás hétfő reggel, érkezés pénteken este. (Utazás céges autóval történik.) 06-70/321-3349

MUNKA

Homlokzatszigetelés és kőműves munkában jártas embereket felveszek. 06-30/820-5146 Tornyi Zoltán

Gyere, dolgozz velünk! Bejelentett munkaviszonyt, kiemelt bérezést, bérelőleget, ingyenes szállást, munkába járást biztosítunk. Betanított dolgozó és targoncás ajánlatainkból válogathatsz Győr és Kecskemét környékén. Munkavégzési helyek: Autoliv, BOS, SMR, SMP, Rába. Jelentkezz most! 06-70/639-9920 (JOBmotive Kft.)

AVON kozmetikumok értékesítéséhez tanácsadókat és 2 fő koordinátort keresek. Akár 35% kedvezmény, előmeneteli lehetőség. 06-30/479-1984 (Hajdú Lívia)

Csatlakozz csapatunkhoz! Fémipari munkakörökbe keresünk hegesztő, lakatos, gépi forgácsoló, CNC gépkezelő, szerszámkészítő, autószerelő, villanyszerelő, kovács dolgozókat Győr és Kecskemét környéki munkára. Versenyképes fizetést, juttatásokat, szállást, munkába járást, hazautazási támogatást, bérelőleget biztosítunk. Jelentkezz most! 06-70/415-9021 (JOBmotive Kft.)

INGATLAN

Csabaszabadi mellett tanya 3200 m² alapterületen + hozzá tartozó tanya melletti 7642 m² földdel eladó. 06-30/456-4106

CSOK lehetőséggel is! Békéscsabán újonnan épülő 100 m²-es, földszintes, kertes, garázsos családi ház karácsonyi költözéssel leköthető. 06-30/7229-887

Lencsésin eladó egy első emeleti, másfélszobás téglalakás. Irányár: 13 MFt. Tel.:06-20/502- 0207

Jaminában tanya sok melléképülettel, kb. 5000 m² földterülettel eladó. Ir.ár: 40 MFt. 06-70/703-7905

Békéscsaba belvárosában eladó gyönyörű szép nappali +4 szobás, 1 szintes családi ház. Azonnal költözhető Ár: 56,9 MFt. +36-30/60-03544

Elcserélném jaminai családi házamat (iparűzésre alkalmas műhellyel) belvárosi kisebb családi házra. 06-20/380-8846

Békéscsabán, Fényesen régi parasztház (60 cm falvastagság), nagy kerttel eladó. 06-30/580-9103

Békéscsaba belvárosában eladó egy 117 m²-es, igényesen felújított lakás, 2 garázzsal. Irányár: 35 MFt. Tel.: 06-20/502- 0207

Békéscsabán, Szerdahelyi úton kétszobás, erkélyes földszinti lakás eladó. 06-30/279-4677

Békéscsaba belvárosában nappali +3 szobás felújított lakás eladó. 30,5 MFt. +36-30/60-03544

Belvárosi lakás eladó. 06-30/197-1160

Kastélyszőlőkben építési telek eladó. Ir.ár: 2,6 MFt. 06-20/617-4525

Építési telek (2 db 1416 m², 1170 m²) Mezőberény központjában, lebontandó épülettel eladó. (Többlakásos társasház építhető.) 06-20/353-9272

Békéscsaba belvárosában eladó egy 1,5 szobás, felújított házrész +garázs. Irányár: 6,3 + 1,8 MFt. Tel.: 6-20/502-0207

Munkácsy 17., első emeleti, 3 szobás, erkélyes, átlagos állapotú lakás, 69 m², eladó. Ir.ár: 25,9 MFt. 06-30/315-9962

Bartók 7., volt Profi felett, fiatalos, szép belső, kétszintes, 3 háló +nappalis, 2. emeleti, liftes lakás 83 m², eladó. Ir.ár: 34,9 MFt. 06-30/315-9962

Eladó Békéscsabán, Wlassics 3., első emeleti, fiatalosan felújított, dupla erkélyes, világos, kétszoba +nappalis lakás, 78 m². Ir.ár: 34,9 MFt. 06-30/315-9962

Gyulán a belvároshoz közel, 5 szobás sorház eladó. 06-20/390-7095

Fövenyes úton 48 m²-es 4. emeleti lakás eladó. Ir.ár: 11 MFt. 06-20/496-6161

Békéscsabán, Berzsenyi utcában családi ház, alatta pincével eladó. 06-20/484-1515

Jamina elején eladó egy 100 m²-es, felújítandó polgári ház, szerelőaknás garázzsal. Irányár: 10 MFt. Tel.: 06-20/502-0207

Békéscsabán 1080 m²-es telek, házzal eladó. Érdeklődni: 06-20/924-3886

Békéscsaba belvárosában 2 szintes szerkezetkész, 5 szobás ikerházfél, garázzsal eladó. 06-20/390-7095

Újkígyóson 1300 m²-es építési telek eladó. 06-30/219-4129

Családi ház eladó. 06-30/197-1160

Eladó Békéscsabán, a Lorántffy utcában lebontandó ház. +36-30/925-0610

Békéscsaba belvárosában eladó egy háromlakásos társasház 1,5 szobás, felújított, klímás lakás, garázzsal, parkosított pihenőkerttel, medencével. Irányár: 12 MFt. Tel.: 06-20/502-0207

Jó lakás, jó helyen, jó áron eladó. 06-30/958-4890

Szanazug dobozi oldalán felújítandó nyaraló eladó. 06-30/467-6000

Parasztház eladó. Muronyban. 06-30/8127-284

Ikerház eladó. 06-30/197-1160

Békéscsabán, Millennium utcában földszinti, erkélyes, egyedi gázos, felújított lakás eladó. 06-30/225-9992, 06-30/662-1696

Új, újabb építésű házat keresek Békéscsabán. 06-20/435-3007

Tévhitek a fogyásról és az edzésről: nem biztos, hogy mindig a szóbeszédre érdemes hallgatni

A nyár közeledtével egyre többen kezdenek alakformálásba. Azonban kevesebben vannak azok, akik az edzést igazán tudatosan, a szervezetük minden igényét figyelembe véve végzik. Pedig mindez nagyon fontos ahhoz, hogy valódi eredményeket érjenek el. Biztosan sokakkal előfordult már, hogy azt gondolták, mindent megtesznek az alakformálásért, mégsem jött a várt eredmény. Ebben segíthet, ha tisztázunk pár általánosan elterjedt tévhitet az edzéssel és a fogyással kapcsolatban.

Nemcsak a zsírégető zóna égeti a zsírt

Általános vélekedés, hogy a zsírégetés leghatékonyabb módszere, ha kardió edzés közben az úgynevezett zsírégető zónában tartja az ember a pulzusát. Pedig a valóság ennél sokkal árnyaltabb. A zsírégető zónában történő kardió edzésnél sokkal hatékonyabb tud lenni egy a munka- és pihenőfázisok változásán alapuló, intervallumos edzés. Ilyenkor az intenzitástól, valamint az intervallumok hosszától függően más rendszereken keresztül nyer energiát a szervezet, aminek így nagyobb energiaigénye keletkezik, ezért több kalóriát éget el. Persze, fontos megjegyezni, hogy az intervallumos jellegű edzés nagy terhet ró a szívre és a keringési rendszerre, így kezdők számára ajánlott az óvatosság.

A helyes étrend és a sport elég a fogyáshoz

Sokan gondolják, hogy, ha sportolnak, és igyekeznek helyesen étkezni, az mindenképpen eredményhez vezet, de sajnos ilyenkor is akadhatnak buktatók. Az emberi test nagyon komplex rendszerek összessége, melyeknek összhangban kell működniük ahhoz, hogy elérd a kívánt testalkatot. Az edzés és az étkezés mellett számos olyan tényező van, amire oda kell figyelni a fogyáshoz. Ide tartozik például az alvás. Az alvás során zajlanak az építő, helyreállító folyamatok, vagyis ekkor történik az izomtömeg-növekedés és a testzsírcsökkenés. Ha az alvásunk nem kielégítő minőségű, az akadályozhatja a fogyást.

A súlyzós edzés nem való túlsúlyosoknak

Elterjedt tévhit, hogy a zsírégetés legjobb eszköze a kardió edzés, éppen ezért sokan gondolják úgy, hogy a túlsúlyosaknak felesleges súlyzós edzést végezni. Márpedig ez nem így van. Súlyzós edzés hatására alvás közben a növekedési hormon szintje emelkedik, ami fokozza a zsírégetést. Ha valaki túlsúlyos, a kardió jellegű mozgások túlterhelhetik az ízületeit, melyeken már amúgy is nagy nyomás van. A helyesen összeállított súlyzós edzés kiválóan fejleszti az ízületi mobilitást és stabilitást. Emellett természetesen a ciklikus mozgások - elliptikus trainer, kerékpár, séta, majd kocogás - is rendkívül fontosak a szív és keringési rendszer fejlesztéséért és megfelelő működéséért.

A felülés a legjobb recept a kockás hasra

Bár a hasizom erősítésére elsőre kézenfekvő megoldásnak tűnik a felülés, nem ez a leghatékonyabb módszer, nem is beszélve arról, hogy megterheli a csigolyákat és az ízületeket, ami hátproblémákhoz vezethet. Ehelyett végezz preventívebb, hatékonyabb és komplexebb törzserősítő gyakorlatokat, mint például a plankvariációk, mellette pedig zsírégetéssel és megfelelő étrenddel csökkentsd a testzsír arányát, hogy a munkád eredménye jobban látsszon.

Forrás: femina.hu



INGATLAN

Békéscsabán a Fiumei utca elején, 90-ben épült 4 szoba +étkezős tégla ház eladó. Irányár: 25 MFt. Tel.: 06-30/418-8373

Sportcsarnok mögött építési telek eladó. 06-30/467-6000

Békéscsabán sorház eladó. 06-30/958-4890

Békéscsaba, Degré utcai, 100 m²-es kétszobás, összkomfortos felújítandó ház garázzsal, melléképületekkel, nagy portával eladó. 06-20/954-0280

Békéscsabán, a piac sarkán építési telek eladó. Ir.ár: 15 MFt. 06-70/703-7905

Békéscsabán, Csaba Gyöngyéhez közel, házrész eladó. 8,5 millió Ft. 06-70/232-8203

Kamuton 1462 m²-es telken 120 m²-es összkomfortos ház eladó. Ir.-ár: 5,5 MFt. 06-30/375-4093, 06-20/8072-072

Vízparti nyaralót, üdülőt, illetve hétvégi házat keresünk megvételre. 06-20/9220-990

Jamina központjában padlásszobás kertes ház eladó. Két generációnak is alkalmas. 06-30/467-2566

Békéscsabán, belvárosban, 3 lakásos társasházban, 100 m² es, 3 szobás lakás, (felújított fürdőszoba, konyha) garázzsal, kerttel eladó. Irányár: 15 MFt. Tel.: 06-30/418-8373

Tanyát vásárolnék (komfortos, komfort nélkülit), akár termőfölddel együtt. 06-20/9220-990

44-es főút mellett, Felsőnyomáson tanya eladó. 06-30/550-5721

Békéscsabán építési telek sürgősen eladó. 06-20/231-1941

Andrássy úton kitűnő állapotú 2. emeleti napfényes, erélyes lakás eladó. 16,9 MFt. 06-70/232-8203

Keresünk eladó, kiadó családi házat, lakást, tanyát, nyaralót, üdülőt, telket, termőföldet, ipari ingatlant, egyéb ingatlant, ország bármely területéről bel-, külföldi vevőink részére. Tóth János 06-20/9220-990

Eladó Békéscsabán, Tavasz utca folytatásában 130 m²-es tanya, hozzá tartozó 15.737 m²-es telek. +36-20/540-3700

Gazdasági tanya termőfölddel Békéscsabán, főút mellett eladó. 06-20/430-0575

Békéscsaba, Dohány u. 19., 624 m²-es, közművesített építési telek eladó. Telken belül: víz, villany, csatorna. Gáz a telek előtt. Ir.ár: 3,2 MFt. 06-30/905-3228

Lakást vagy kisebb házat vásárolnék készpénzzel. 06-30/935-8054

Eladó Békéscsabán, piac közelében 55 m²-es, napfényes, jó állapotú, klímás lakás. +36-20/540-3700

Békéscsabán Lencsésin, 2 szobás, erkélyes lakás eladó. 06-70/370-6587

ALBÉRLET

Békéscsabán, belvárosban 2. emeleti, 2 szobás bútorozatlan lakás hosszú távra kiadó. 06-20/486-5888

Békéscsabán, belvárosban lakás kiadó. 06-30/240-7735

Békéscsabán, belvárosi albérletbe társbérlőt keresek. 06-30/935-7274

Békéscsaba belvárosában kicsi bútorozott lakás kiadó, dolgozó fiatalember részére. Ir.ár: 50.000 Ft/hó. 06-30/453-6717

Bútorozott, kisebb kertes házat keresek albérletnek, ahová vihetem a cicámat. 61 éves nyugdíjas hölgy. 06-30/712-4716

Békéscsabán, kertes házban bútorozott, gépesített albérlet 1-2 fő részére kiadó. 06-70/677-1101

Békéscsabán albérlet kiadó. 06-30/592-6809

Gyulán, hosszú távra apartmanházat bérelnék, vételi opcióval akár. 06-30/935-8054

TÁRSKÖZVETÍTÉS

70-es hölgy barátot keres. 06-20/500-3390

Kényeztető masszázs ápolt 40-es hölgynél, belvárosban. Csak fantáziád szab határt. 06-20/367-8959

34 éves férfi komoly kapcsolatra hölgyet keres. 06-30/386-9416

68 éves hölgy társat keres. 06-70/265-4033

66 éves hölgy keresi társát korban hasonló férfi személyében. 06-20/2464-711

Társközvetítés. 06-30/355-2039

Békéscsabán ismerkednék. 06-70/538-5518

ÁLLAT

1 éves kaukázusi juhász kutya eladó. Kezelhető. 06-30/242-2511

Fajtatiszta tacskó kiskutyák eladók. (Standard méretű, hím ivarúak.) 06-30/456-7219

KOHUT-féle mezőberényi,
ELŐNEVELT CSIBE JEGYEZHETŐ
március hótól augusztusig.
Mezőberény, Petőfi 38. sz.
06-20/378-4345

Golden retriever 6 hetes kiskutyák eladók Újkígyóson. Féregtelenítve, oltva. 06-70/665-2744

Állatorvos hétvégén, háznál Békéscsabán és környékén (ló, marha kiv.) 8-14-ig. Dr. Vanatka Zsolt 06-30/410-7930

5-6 hetes előnevelt csirke minden szerdán, szombaton békéscsabai piacon. 06-30/399-2575

Állatorvos gyógykezelést, védőoltások beadását vállalja háznál. 06-20/3381-906

Békéscsabán, Baukó és Társa Kft., előjegyzést vesz fel tojójércére eladásra június 11-re, tojótyúk eladásra június 13-14-re. 06-30/3303-054

Barna jérce, 18 hetes, 1900 Ft/db megrendelhető ingyenes házhoz szállítással. 06-30/835-1121

Kacsa, pecsenye, 6 hetes, fehér, 3 kg-os 1650 Ft/db, előnevelt 3 hetes 950 Ft/db, ingyenes házhoz szállítással megrendelhető. 06-30/860-2627

Pulyka, előnevelt 6 hetes, fehér, 2-2,3 kg-os 2500 Ft/db, ingyenes házhoz szállítással megrendelhető. 06-30/835-1121

Kedvenc Mester állatkórház
Békéscsaba, Mester u. 7.
(a Lencsési buszfordulónál)
• Társasállatok sebészeti, belgyógyászati, szülészeti ellátása • Digitális röntgen
• Ultrahang • Endoszkópos vizsgálatok
• Laborvizsgálatok • Mikrochip, útlevél
• Bentlakásos ellátás • Szaktanácsadás
Sürgős esetben: dr. Sprőber Zoltán
Tel.: 66/642-002, 30/985-5798
kisállatgyógyász szakállatorvos, lógyógyász-specialista
E-mail: sproberzoltan@gmail.com
Nyitva: H-P 9⁰⁰-18⁰⁰, Szo 9⁰⁰-11⁰⁰
Más napokon telefonos bejelentkezés alapján.
www.facebook.com/kedvencmester

Sárga tojótyúk, 14 hónapos, jó tollazatú, 680 Ft/db, 10 db-ra 1 db ajándék, ingyenes házhoz szállítással megrendelhető. 06-30/896-8811

Barna tojótyúk, 550 Ft/db ingyenes házhoz szállítással megrendelhető. 06-30/860-2627

Vágni való húscsirke kapható Békéscsabán, a Medovarszki Farmon június 5-8-ig. +36-30/655-0852, 66/435-035. Töltse fel hűtőládáját. Információ: www.medofarm.hu

Kos, bárány eladó. 06-20/596-1186

Állatorvos Békéscsabán, háznál! Akár hétvégén is. Dr. Kolimár László 06-30/890-4362

Vegyes darán nevelt csirke, kakas, tyúk, kacsa, vörös tojó jérce 3 hét múlva rendelhető. Kérésére felpucoljuk. Tel.: 06-20/540-7480

OKTATÁS

Szabás-varrás tanfolyam Békéscsabán, a Lencsési úton. Kéthavonta indul és 8 hétig tart. Vezetője: szabómester, szakoktató. 66/636-647, 06-30/486-4130

Intenzív kéz-, lábápoló, műkörömépítő képzés indul 2019. június 7-től, Crystal Nails szervezésében. Békéscsaba, Gyóni Géza u. 14-16. 06-70/578-8553.
Nysz: E001007/2015/A002

Francia anyanyelvű tanár tanítást, fordítást és tolmácsolást vállal. 06-20/382-5374, 66/442-517

GÉPJÁRMŰ

Autókat, kisteherautókat vásárolok évjárattól, állapottól függetlenül. 06-20/975-1501

Opel Corsa C 1,2 B ezüst, 5 ajtós, klímával, egy tulajdonostól 91.000 km-rel eladó. 06-70/636-3417

Kipufogó- és autójavítás. Békéscsaba, Mogyoró u. 7. 06-30/9255-999

Renault motor (1.5 DCI) váltóval eladó. 06-30/2078-860

Régi motorkerékpárokat (Simson, Jawa, Csepel) és egyéb típusokat vásárolnék. 06-30/9509-170

Használt autóját, tehergépkocsiját készpénzért megveszem. Üzemképtelen, papír nélkül is lehet. Ha kell, házhoz megyek. 06-20/910-9361, 06-20/280-9747

Autókat, kisteherautókat vásárolok azonnali készpénzfizetéssel. Bármilyen korú, állapotú érdekelhet. 06-30/231-7750

2001. évjáratú Suzuki Swift friss műszakival eladó. 06-30/467-1339

15 tonna össztömegű hátfalas tgk. eladó. 06-20/936-0598

ÜZLETHELYISÉG - VÁLLALKOZÁS

Kiadó Mezőberényben, ipari területen fűthető 600 m², 300 ill. 100 m² üzemcsarnok. Érd.: 06-30/968-9680

Garázsból kialakított üzlethelyiség eladó (1 szoba) Békéscsabán, Rábai utcán. 06-30/326-6732

Kiadó Mezőberényben, a 47-es főút mentén Petőfi S. 38. számú ingatlan; üzlethelyiség, büfé, iroda, valamint műhely céljára is használható. Az épület külön álló, 65 m²-es, saját parkolóval ellátott. 06-20/378-4345

MEZŐGAZDASÁG

Mezőgazdasági gépek szervizelését, javítását vállalom. Majernyik László 06-70/771-3381

Gyulán 9 ha szántó eladó. 06-70/614-7741

EGÉSZSÉG

Egészséges termékek diszkont áron, kiszállítással. Rendelés: 06-30/935-8054

ÜDÜLÉS

Balatonvilágoson strandközeli önálló apartmanok kiadók.
Tel.: 06-20/8044-196
www.gluck-haz.atw.hu

Balatoni 3 szobás nyaraló kiadó. 06-70/3748-864

GONDOZÁS

Nem kell bemenni az otthonba! Vállaljuk gondozását, eltartását Békéscsabán. 06-20/388-0862

SZOLGÁLTATÁS

Fogtechnika. Fogsorkészítés, fogsorjavítás, fogsortisztítás. Békéscsaba, Lázár 35. 06-30/630-5864

Salétromos, vizes házak utólagos, bontás nélküli vízszigetelése. 06-30/722-9887

Sírkő, épületműkő tisztítás. 06-30/525-4482

Villanyszerelés, hibaelhárítás, villanybojlerek javítása, EPH kiépítés. 06-70/945-7660

Cserépkályha, kandalló, kemence, nyári konyha, gyümölcsaszalók, húsfüstölők építése, javítása. 06-30/557-9814

Kőműves és hidegburkolást vállalok. 06-70/299-6343

Burkolást vállalok. 06-20/437-5008

Automata mosógépek javítása. Elektron Bt. 06-30/304-4622, 66/454-561

Költöztetés, szállítás. 06-30/369-1501

Szobafestés, mázolás korrekt áron. 06-70/417-7663

Házkörüli munkákat vállalok. 06-70/551-6796

Sorselemzés, kártyajóslás, családi, párkapcsolati problémák, szerelemkötés, átok-rontás levétele. Hívásra házhoz megyek. 06-30/924-3867

Tetőfedő, bádogosmunka, tetőáthajtás, verébdeszkázás, lécátpakolás, ereszcsatornázás, Lindab lemeztető készítés munkadíjjal, anyaggal együtt kedvezményes áron. 06-20/552-1068

Külső hőszigetelés, kőművesmunkák, akár azonnali kezdéssel vállalunk. 06-30/7229-887

Térkövezés, kőműves munkák, kerítések építése anyagostól is, rövid határidővel. 06-70/615-5612

Bádogosmunkát vállalok. Tetőbeázás elhárítást, cserépátrakást, fóliázást, lécezést. 06-20/315-6335

Békéscsabán takarítást vállalok. 06-30/695-8384

Tetőfedő bádogos munkát vállalunk anyagbeszerzéssel együtt. Régi tető felújítása, Lindab-lemez felrakása, kúpozása és lekenése. 06-20/5864-139

Tetőjavítás, cserépátrakás, újra lécezés, tetődeszkák cseréje, bádogozása, kéménybontás. 06-30/525-4482

Bádogosmunkák, tetőjavítás, kémény építés, javítás, fémkémények, bitumenes szigetelés. 06-30/9356-229

Villanyszerelés hétvégén is. 06-70/514-1346

Veszélyes és beépített fák kivágása, gallyazása, alpinipari munkák, referenciákkal. 06-70/337-0708

Klímák forgalmazása, telepítése, karbantartása, szervizelése 5 év garanciával. 06-70/778-6271

Fűnyírást vállalok rendszeresen cégeknek és magánszemélyeknek. 06-30/9287-989

Bútorkárpit és szőnyegtisztítás. 06-20/490-0497

Mezőberényben a Kis Kofa Piac alkalmi, önerős rendezvényeknek (szülinap; névnap stb.) kiadó 50-60 főig. Érd.: helyszínen Mezőberény, Luther M. tér 12-13.

Vállaljuk veszélyes fák kivágását, teljeskörű felelősség vállalással szakszerűen, kedvező áron; alpintechnikai munkákat. 06-70/977-5150

Költöztetés, áruszállítás. Hetényi Tamás 06-30/435-2968

Kerítések, kapuk készítése. Talajfúrás. 06-30/265-2305

Kőműves, ács burkolást, fürdőszoba felújítást vállalok. 06-30/820-5146

Lakatosmunkák. Igényes kerítések, korlátok, kapuk, rácsok, előtetők kivitelezése. 06-70/421-4374

Kisebb kőműves munkát vállalok. 06-30/481-8071

Földkimérés, változási vázrajzok készítése. 06-30/243-7676

Kőművesmunkát, burkolást, vízszerelést, gipszkartonozást, ácsmunkát vállalunk. 06-70/345-2861

SZUPERinfó
IMPRESSZUM
Békéscsabai Regionális Szuperinfó
Megjelenik: Békéscsaba és térségében 52.000 példányban
Békéscsaba 26.000 db, Békés 6.500 db, Gyula 11.400 db, Gyulavári 1.600 db, Mezőberény 3.500 db, Szabadkígyós 1.000 db, Újkígyós 2.000 db
Lapzárta: szerda 16[00] óra
Felelős kiadó: CSABAINFÓ KFT. Békéscsaba, Munkácsy u. 13. Telefon/fax: (66) 443-352
Felelős szerkesztő: Zahorán Jenőné ügyvezető
Grafikai előkészítés: Vígh és Társa Bt.
Nyomtatás: Délkelet-Press Kft. 5600 Békéscsaba, Kétegyházi út 18.
Engedély szám: B/SZI/2254/Bé/1994.
Internet: www.szuperinfo.hu
E-mail: bekesmegye@szuperinfo.hu

Terjeszti: Oláh Péter vállalkozó 06-20/513-3633

TŰZIFA LERAKAT
TAVASZI AKCIÓ!
Teljesen száraz vastag (10 cm) tölgy szelezék konyhakészre vágva 27 Ft/kg
TÖLGY, BÜKK
1 m rönk 27 Ft/kg
SZÁRAZ Kugli 31 Ft/kg
Konyhakész 31 Ft/kg
A TŰZIFA FEDETT HELYEN TÁROLT!
10 q felett árkedvezmény!
Ingyenes, gyors házhoz szállítás!
További kedvezményeinkért hívjon MOST!
06-30/2877-935 • 06-70/623-0795

PÉCSI SÖR
A PÉCSI SÖRFŐZDE BEMUTATJA:
KÉZMŰVES Sörfesztivál
GYULA
WWW.SORFESZTIVALGYULA.HU
2019. JÚNIUS 7-10.

7. PÉNTEK
KAPUNYITÁS: 15.00 ÓRA
JEGYÉRTÉKESÍTÉS KEZDETE: 15.00 ÓRA
BELÉPŐJEGY: 1.500 FT
18.00 JUMPING MATT & HIS COMBO FEAT. CUSTOM BIG BAND
19.45 HIVATALOS MEGNYITÓ
20.30 HALOTT PÉNZ
22.30 DJ DOMINIQUE
24.00 RETRO DISCO - DJ KOVÁCS JÓZSI

8. SZOMBAT
KAPUNYITÁS: 10.00 ÓRA
JEGYÉRTÉKESÍTÉS KEZDETE: 14.00 ÓRA
BELÉPŐJEGY: 1.500 FT
13.00 SRAMLIKINGS
13.30 GYULAI ERKEL FERENC IFJÚSÁGI FÚVÓSZENEKAR | PÉCSI SÖR SZÍNPAD
14.00 BEER CORNER - SÖRBEMUTATÓ ÉS KÓSTOLÓ
15.00 ARANY MÁTÉ ROCK ZENEKARA | PÉCSI SÖR SZÍNPAD
17.00 CENTRAL EUROPEAN BEER AWARDS 2019 DÍJÁTADÓ
18.00 SZTOJKA TIBI | PÉCSI SÖR SZÍNPAD
19.00 LORD
21.30 REPUBLIC
24.00 RETRO DISCO - DJ KOVÁCS JÓZSI

4 NAPOS BÉRLET: BÉRLET: 5.190 FT
A RENDEZVÉNY BELÉPŐJEGY KÖTELES.
10 ÉVES KOR ALATT DÍJTALAN A BELÉPÉS.
ONLINE JEGYVÁSÁRLÁS:
WWW.TIXA.HU/KEZMUVES_SORFESZTIVAL2019_GYULA
A MŰSORVÁLTOZÁS JOGÁT FENNTARTJUK!

9. VASÁRNAP
KAPUNYITÁS: 10.00 ÓRA
JEGYÉRTÉKESÍTÉS KEZDETE: 12.00 ÓRA
BELÉPŐJEGY: 2.000 FT
10.00 SZTOJKA TIBOR ÉS CIGÁNYZENEKARA | PÉCSI SÖR SZÍNPAD
12.00 ELIXBEER - SÖRBEMUTATÓ ÉS KÓSTOLÓ
13.00 JOLLY & SUZY
14.30 STEIGER - SÖRBEMUTATÓ ÉS KÓSTOLÓ
15.00 BŐRNADRÁGOS BANDA | PÉCSI SÖR SZÍNPAD
18.30 FRUNDI | PÉCSI SÖR SZÍNPAD
19.00 VAD FRUTTIK
21.30 ÁKOS
23.00 RETRO DISCO - DJ LORI & DJ VIRGOO

10. HÉTFŐ
KAPUNYITÁS: 10.00 ÓRA
EGYÉRTÉKESÍTÉS KEZDETE: 14.00 ÓRA
BELÉPŐJEGY: 1.000 FT
10.00 KÉZMŰVES JÁTSZÓHÁZ KICSIKNEK ÉS NAGYOKNAK
11.00 MEDITERRÁN EGYÜTTES
11.00 KACAGÓ BÁBSZÍNHÁZ | PÉCSI SÖR SZÍNPAD
12.30 JÁTÉKOS KVÍZMŰSOR GYULA NEVEZETESSÉGEIRŐL | PÉCSI SÖR SZÍNPAD
13.00 APÁNK IPA SÖRE - SÖRBEMUTATÓ ÉS KÓSTOLÓ
13.30 BRASSDANCE | PÉCSI SÖR SZÍNPAD
14.00 KIDS TÁNCEGYÜTTES MŰSORA
14.30 LEADERS TÁNCEGYÜTTES MŰSORA
16.00 ACOUSTIC PLANET
17.30 GANXSTA ZOLEE ÉS A KARTEL - JAZZ VERSION | PÉCSI SÖR SZÍNPAD
19.00 BIKINI

BeerPorn.HU ORIGO SZUPERinfó TIXA

SZOLGÁLTATÁS

Cserépkályhák tisztítása, felújítása, felülvizsgálata. 06-20/983-5113

Autókárpitozás. 06-30/2282-447

Épületek bontását, alapásást, mindenféle fuvarozást vállalok. 06-70/703-7905

Fűkaszálás, költöztetés, áruszállítás. 06-30/4396-995

Asztalos munkák, laminált bútorgyártás egyedi méretre, konyhák, tolóajtós gardróbok, külső-belső nyílászárók gyártása. Könnyűszerkezetes épületek, parketta csiszolás, laminált parketta fektetés. Zárak javítása, cseréje. 06-70/608-2263

Kipufogójavítás. 06-30/2282-447

Festés, mázolás. 06-30/615-8479

Költöztetés, lomtalanítás, raktározás garanciával, nagy térfogatú teherautóval, vidékre is. 06-30/4088-125

Bútorkárpitozás. 06-30/2282-447

Klímatisztítás, -javítás, villanyszerelés, számítógép javítás. 06-20/411-2036

SÍRKŐKÉSZÍTÉS GRÁNITBÓL
Dimény József
Békéscsaba, Lipták A. u. 20.
+36-20/325-5367

Villanyszerelés, kis munkák is, hétvégén is. 06-30/355-7540

Lakás, új lakás villanyszerelés. 06-70/948-5015

Szobafestést, mázolást, villanyszerelést, laminált parkettázást vállalunk. 06-70/345-2861

Költöztetés! Piacképes áron, áruszállítás garanciával. Kis-Szabó Fuvar 06-30/9550-504

Bontás nélküli kádfelújítás garanciával. 06-20/991-7728

Extra masszázst vállal 40-es, szakképzett masszőrhölgy, mindennap Orosházán. Tel.: 06-30/853-9695

Felújítaná, áthúzatná régi használt bútorát? www.karpitosmunkak.hu. 06-30/465-9846

Teljes körű, helyszíni üvegezés, biztosítós számlára. 06-30/742-3507

Autómentés, autószállítás. 06-30/2282-447

Masszázs és spirituális választerápia. 06-20/453-8494

Karosszériajavítás. 06-30/2282-447

Szobafestés, mázolás, tapétázás, laminált parkettázás, homlokzatfestés. Lestyán Pál Békéscsaba, Gorkij u. 6. 66/436-226, 06-30/481-8071

EGYÉB

Tollat, porcelánt vásárolok. 06-20/920-8511

Sertés felvásárlás!
Nagysúlyú sertést, TF kocát NAPI ÁRON VÁSÁROLUNK.
BÉRVÁGÁS őstermelőknek, kistermelőknek, húsboltoknak.
MEGYER VÁGÓHÍD
Békéscsaba, Új u. 9
30/630-1749, 66/431-545

Hagyatékot, régiséget, mindenfélét veszek. Megbízható. 06-30/308-9416

Könyv és mindenféle hagyaték felvásárlás. 06-70/625-3685

Külföldi és magyar papír-, fémpénzeket vásárolok. 06-30/578-2961

Bontásból eladó! Tégla, szeletelt tégla, cserép, faanyag, nyílászáró, pala, bazaltkő, cserépkályha, radiátor. Épületbontást vállalunk. Bontott anyagot veszünk. Békéscsaba, Dobozi út (IXEM ruhacsarnok után). 06-70/428-4576

Laminált parketta kedvező áron eladó (1.500 Ft/m²). 06-70/703-7905

WC-papírgyártó gép garanciával eladó. Érd.: 06-30/943-0751

250 literes nagynyomású tartály eladó. Beton és tégla törmelék ingyen elvihető. 06-30/398-7160

Könyvhagyatékot, könyvtárat vásárolok készpénzért. Tel.: 06-30/276-7093

Tollat, hagyatékot, régi bútorokat, babakádat, disznóvágó asztalt, gyalupadot veszek. 06-30/828-7727

Elektromos rokkantkocsi szinte új állapotban eladó, házhoz viszem. Bármilyen Simsont vásárolnék. Tel.: 06-70/500-3023

Tollat, hagyatékot veszek, házhoz megyek. 06-30/907-3706

Hagyatékot, régiséget, húsdarálót (22-es, 32-es), demizsont, szerszámféléket vásárolok. 06-70/391-2503

Használt irha és panofix bundákat vennék Békéscsabán és környékén. Hívásra házhoz megyek. 06-70/653-2733

Dunnát, párnát, régi használt tollat veszek, hívásra házhoz megyek! Érd.: 06-30/467-4542

Bármit megveszek, régi és új dolgot, hagyatékot. Tel.: 06-30/287-9886

Babettát vennék kevés km-rel. 06-30/482-6524

Békéscsabán végkiárusítás költözés miatt. Jó állapotban szekrénysorok, rekamiék, konyhaszekrény, asztalok, szőnyegek, varrógép, fagyasztóláda és több minden 2.000-10.000 Ft-ig eladók. +36-70/671-9302

Honda motoros gyepszellőztető, rotakapa kétsebességes, Pedroló szivattyú 80 literes, hidrofor 80 literes, Metabo sövényvágó eladó. 06-30/9255-750

Nyár, akác, kőris tűzifa eladó házhoz szállítással. Tel.: 06-70/626-6187, 06-30/523-0302 EUTR: AA5937228

Tavaszi akció a készlet erejéig. Most 50 féle fűnyíróból választhat a Dobozi úti Husqarna Szakkereskedésben! Szerviz, alkatrészpótlás, teljes kertigép választék. Tel.: 66/454-787 victorezo@gmail.com

Szállítószalag (6 méteres) eladó. 06-30/2078-860